

ANALISIS PEMANFAATAN ICE BREAKING BERBASIS KONTEN TIKTOK DALAM PEMBELAJARAN SISWA KELAS III DI SDN SAWOJAJAR 01

Nana Mardiana¹, Dedi Romli Triputra², Diah Sunarsih³

^{1,2,3} PGSD FKIP Universitas Muhadi Setiabudi, Brebes

¹marna121996@gmail.com, ²dediromliputra@gmail.com,

³diahsunarsih@umus.ac.id

ABSTRACT

This study aims to analyze the utilization of TikTok content-based ice breaking in the learning process of fourth-grade students at SDN Sawojajar 01 through a systematic literature review approach. The background of this research stems from the identification of problems including destructive student behavior during learning, the application of conventional and monotonous ice breaking methods, and the non-optimal use of audio-visual technology in classroom management. This research uses a qualitative method with a systematic literature review design. Data were collected from 15 relevant scientific articles published in 2019–2026, sourced from Google Scholar, Sinta-indexed journals, and Scopus-indexed journals, using the keywords ice breaking, TikTok, learning concentration, and elementary school. Articles were selected based on inclusion and exclusion criteria, then analyzed using content analysis techniques. The results of the literature review show: (1) ice breaking is theoretically proven to restore student concentration, reduce boredom, and increase learning participation; (2) TikTok as a short-form video platform has characteristics that are relevant to the learning style of Generation Alpha students and has been proven effective as an educational medium in various studies; and (3) the integration of TikTok content as an ice breaking instrument is projected to have positive implications for classroom dynamics, including a more dynamic classroom atmosphere, increased student concentration and participation, and strengthened teacher-student interaction. This study concludes that TikTok content-based ice breaking is theoretically feasible and promising as an innovative classroom management instrument for Generation Alpha elementary school students.

Keywords: Ice Breaking, TikTok, Learning Concentration, Elementary School, Literature Review

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pemanfaatan ice breaking berbasis konten TikTok dalam pembelajaran siswa kelas III di SDN Sawojajar 01 melalui pendekatan kajian literatur sistematis. Latar belakang penelitian ini berasal dari identifikasi masalah berupa perilaku destruktif siswa saat pembelajaran, penerapan ice breaking yang konvensional dan monoton, serta belum optimalnya pemanfaatan teknologi audio-visual dalam manajemen kelas. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain systematic literature review. Data dikumpulkan dari 15 artikel ilmiah relevan yang terbit pada 2019–2026, bersumber dari Google Scholar, jurnal terindeks Sinta, dan jurnal terindeks Scopus, menggunakan kata kunci ice breaking, TikTok, konsentrasi belajar, dan sekolah dasar. Artikel dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, lalu dianalisis menggunakan teknik

content analysis. Hasil kajian literatur menunjukkan: (1) ice breaking secara teoretis terbukti mampu memulihkan konsentrasi siswa, mereduksi kebosanan, dan meningkatkan partisipasi belajar; (2) TikTok sebagai platform video pendek memiliki karakteristik yang relevan dengan gaya belajar siswa Generasi Alpha dan telah terbukti efektif sebagai media edukasi dalam berbagai penelitian; dan (3) integrasi konten TikTok sebagai instrumen ice breaking diproyeksikan memiliki implikasi positif terhadap dinamika kelas, meliputi suasana kelas yang lebih dinamis, peningkatan konsentrasi dan partisipasi siswa, serta penguatan interaksi guru-siswa. Penelitian ini menyimpulkan bahwa ice breaking berbasis konten TikTok layak secara teoretis dan menjanjikan sebagai instrumen manajemen kelas yang inovatif bagi siswa Generasi Alpha jenjang sekolah dasar.

Kata Kunci: Ice Breaking, TikTok, Konsentrasi Belajar, Sekolah Dasar, Kajian Literatur

A. Pendahuluan

Pendidikan pada era digital abad ke-21 tengah mengalami pergeseran paradigma yang sangat fundamental. Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang masif tidak hanya mengubah lanskap aksesibilitas informasi, melainkan juga merevolusi karakteristik psikologis, gaya kognitif, dan preferensi belajar peserta didik. Di tingkat dasar, tantangan ini termaterialisasi secara nyata dalam dinamika pengelolaan kelas. Guru tidak lagi sekadar berperan sebagai satu-satunya otoritas penyampai materi (*teacher-centered*), melainkan dituntut untuk bertindak sebagai fasilitator yang kreatif, adaptif, dan inovatif dalam merancang lingkungan belajar yang kondusif. Manajemen kelas modern menekankan pentingnya penciptaan atmosfer akademik yang tidak hanya

berfokus pada pencapaian kognitif murni, melainkan juga memperhatikan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) dan tingkat kenyamanan siswa selama proses transfer pengetahuan berlangsung. Ketika iklim kelas dibangun di atas fondasi yang kaku, penuh tekanan, dan mekanistik, potensi kognitif anak cenderung terhambat akibat tingginya tingkat kecemasan akademik. Sebaliknya, pendekatan pengajaran yang humanis, fleksibel, dan minim tekanan terbukti mampu merangsang motivasi intrinsik secara optimal. Menurut Amalia et al. (2022), dengan metode pengajaran yang baik dan tidak menekan siswa, dapat membuat siswa lebih nyaman dalam belajar. Kenyamanan emosional ini menjadi prasyarat mutlak bagi terjadinya pemrosesan informasi yang

mendalam (*deep processing*) di dalam memori kerja siswa sekolah dasar.

Dalam realitas pedagogis di sekolah dasar, salah satu instrumen manajerial yang krusial namun sering kali diabaikan atau diterapkan secara ala kadar adalah *ice breaking*. *Ice breaking* dalam konteks instruksional tidak boleh dipandang sekadar sebagai aktivitas hiburan pengisi kekosongan waktu atau distraksi dari kurikulum inti. Secara epistemologis, *ice breaking* berfungsi sebagai teknik transisi yang dirancang secara strategis untuk memulihkan kondisi psikis dan fisik siswa di tengah aktivitas belajar yang padat. Aktivitas ini bekerja dengan cara menginterupsi kejenuhan kognitif, mengendurkan ketegangan urat syaraf, serta menstimulasi kembali produksi neurotransmitter positif seperti lumbalumba dopamin dan endorfin yang bertanggung jawab atas rasa bahagia dan kesiapan belajar. Implementasi intervensi penyegaran ini menjadi sangat mendesak ketika durasi jam pelajaran berlangsung lama atau ketika materi yang disampaikan memiliki tingkat abstraksi yang tinggi. Pemanfaatan *ice breaking* yang tepat tidak hanya berfungsi sebagai penyegar suasana, tetapi juga untuk

menjaga konsentrasi belajar siswa. Konsentrasi, yang didefinisikan sebagai kemampuan memusatkan perhatian secara selektif pada stimulus tertentu seraya mengabaikan gangguan, merupakan variabel penentu utama keberhasilan pemahaman konsep pada anak usia sekolah dasar (Kartini & Sa'adah, 2022; Andriana et al., 2023).

Urgensi pemulihan fokus ini berakar langsung pada keterbatasan biologis dan perkembangan saraf anak-anak pada fase operasional konkret. Balqis et al. (2025) menyebutkan bahwa siswa pada usia dasar secara psikologis memiliki *attention span* (rentang perhatian) yang relatif pendek, yakni sekitar 10 hingga 15 menit. Di luar batas temporal tersebut, kapasitas sistem saraf pusat untuk mempertahankan atensi penuh akan mengalami penurunan drastis akibat kelelahan mental. Memasuki menit-menit kritis tersebut, siswa cenderung menunjukkan perilaku destruktif seperti mengantuk, mengobrol dengan teman sebaya, hingga hilangnya fokus yang mengakibatkan penurunan kualitas penyerapan materi. Manifestasi perilaku ini, yang dalam psikologi pendidikan dikategorikan sebagai tindakan *off-*

task behavior, merupakan mekanisme defensif alami tubuh anak untuk melepaskan diri dari tekanan kejenuhan ruang kelas. Apabila fenomena ini direspons oleh guru dengan tindakan punitif atau pembiaran, efektivitas instruksional akan merosot tajam. Hal ini sejalan dengan temuan Sa'diyah & Suhaimy (2023) dan Lubis et al. (2025) bahwa peran *ice breaking* menjadi sangat vital untuk memicu kembali antusiasme belajar yang rendah akibat suasana kelas yang monoton dan kurangnya stimulasi penyegar di sela pembelajaran. Tanpa adanya variasi taktis dalam bentuk jeda edukatif yang dinamis, proses pembelajaran akan terjebak dalam siklus kebosanan yang berujung pada rendahnya hasil belajar.

Tantangan pengelolaan kelas ini kian tereskalasi dengan lahirnya generasi baru yang kini menduduki bangku sekolah dasar, yakni Generasi Alpha. Lahir setelah tahun 2010, anak-anak ini merupakan kelompok pertama yang sepenuhnya tumbuh berdampingan dengan kecerdasan buatan, komputasi awan, dan media sosial sejak masa bayi mereka. Akibat paparan konstan terhadap stimulasi digital berseri cepat, struktur kognitif

dan ekspektasi visual mereka mengalami pergeseran drastis dibandingkan generasi pendahulunya. Seiring dengan pergeseran karakteristik generasi siswa yang dikategorikan sebagai Generasi Alpha, metode *ice breaking* konvensional mulai mengalami degradasi daya tarik. Aktivitas penyegar klasik yang hanya mengandalkan tepuk tangan sederhana atau yel-yel statis tanpa narasi modern kerap kali dianggap usang dan gagal memicu keterlibatan emosional anak. Ledoh et al. (2025) menyebutkan bahwa siswa yang lahir dan tumbuh di tengah kemajuan teknologi informasi cenderung lebih responsif terhadap stimulasi audio-visual yang dinamis dan relevan dengan tren keseharian mereka. Di sisi lain, paparan teknologi digital yang tidak teregulasi dengan baik juga memicu ekses negatif berupa kerentanan psikososial. Asiah et al. (2022) menjelaskan bahwa era globalisasi turut menjadi faktor siswa mengalami kecanduan *gadget* yang memengaruhi perilaku sosial mereka. Ketergantungan ini bermanifestasi pada penurunan kesabaran, memendeknya rentang perhatian dalam tugas-tugas non-digital, dan

kecenderungan menarik diri dari interaksi fisik. Kondisi ini menuntut adanya upaya strategis dalam pembelajaran untuk menjaga fokus dan keseimbangan psikis siswa melalui jembatan yang mampu mengintegrasikan dunia digital mereka ke dalam realitas pedagogis ruang kelas.

Di sinilah platform TikTok muncul sebagai fenomena budaya digital yang sangat dekat dengan kehidupan siswa. TikTok bukan lagi sekadar aplikasi hiburan pengisi waktu luang, melainkan telah menjelma menjadi ekosistem kultural primer bagi anak-anak masa kini, tempat mereka mengonsumsi informasi, mengekspresikan identitas, dan membangun interaksi sosial tiruan. TikTok sebagai platform video pendek dengan algoritma yang variatif menawarkan konten visual yang padat, musik populer, dan tren gerakan yang ekspresif. Karakteristik utama konten TikTok terletak pada kemampuannya menyajikan stimulasi multimodal yang kaya—mengombinasikan visualisasi warna-warni yang bergerak cepat, potongan audio berirama adiktif (*catchy*), serta teks kinetik dalam durasi yang sangat ringkas. Karakteristik penyajian info

yang serbacepat ini secara psikologis sangat cocok dengan preferensi kognitif Generasi Alpha. Dalam konteks edukasi, adopsi platform ini sebagai media pembelajaran telah mulai dikaji oleh para akademisi. Penelitian Yusufa et al. (2024) dan Setiowati et al. (2024) telah membuktikan efektivitas TikTok sebagai media pembelajaran dalam meningkatkan antusiasme dan keterampilan teknis siswa. Pemanfaatan video pendek terbukti memicu keterlibatan aktif (*active engagement*) karena mampu mereduksi beban kognitif (*cognitive load*) yang berlebihan dalam memahami sebuah pesan. Namun, pemanfaatan TikTok secara spesifik sebagai instrumen *ice breaking* untuk membangun konsentrasi di jenjang Sekolah Dasar masih sangat terbatas literturnya, sehingga terdapat *research gap* yang perlu diisi. Sebagian besar literatur yang ada masih menempatkan TikTok sebagai media penyampaian materi kurikulum utama, bukan sebagai alat bantu manajemen kelas mikro yang bersifat interaktif-kinestetik untuk memulihkan atensi siswa.

Observasi awal yang dilakukan di kelas III SDN Sawojajar 01

menegaskan bahwa fenomena teoritis tersebut di atas termaterialisasi secara nyata di lapangan. Sebagai satuan pendidikan dasar yang terletak di lingkungan urban-suburban, mayoritas peserta didiknya memiliki akses tinggi terhadap perangkat ponsel pintar dan sangat akrab dengan berbagai tren video pendek digital. Namun, keakraban ini belum dikelola secara optimal dalam konteks instruksional formal di sekolah. Berdasarkan identifikasi masalah di lapangan, ditemukan beberapa potret permasalahan krusial, antara lain: (1) munculnya perilaku destruktif siswa seperti mengantuk, mengobrol, dan bermain sendiri sebagai kompensasi rasa jenuh akibat durasi pembelajaran tematik yang panjang; (2) penerapan metode *ice breaking* yang masih bersifat konvensional dan monoton, yang hanya mengulang pola tepuk tangan lama tanpa adanya pembaruan kontekstual sehingga gagal menarik minat siswa; serta (3) belum optimalnya pemanfaatan media audio-visual berbasis teknologi dalam manajemen kelas, di mana ketersediaan fasilitas proyektor dan pelantang suara (*speaker*) di kelas lebih sering dianggurkan atau hanya digunakan untuk menayangkan

salindia materi teks yang pasif. Hambatan-hambatan praktis ini berimplikasi langsung pada fluktuasi konsentrasi belajar yang tajam, terutama saat perpindahan jam pelajaran atau sesi siang hari.

Berangkat dari kesenjangan teoritis dan urgensi praktis tersebut, maka penelitian berbasis kajian kepustakaan ini perlu dilaksanakan demi memberikan alternatif solutif yang ilmiah dan aplikatif bagi para pendidik di sekolah dasar. Konseptualisasi *ice breaking* berbasis konten TikTok dipandang memiliki potensi besar untuk merevitalisasi suasana kelas dengan memanfaatkan ketertarikan alami anak terhadap tren digital secara terarah. Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengkaji konsep dan efektivitas *ice breaking* dalam pembelajaran berdasarkan literatur; (2) menganalisis karakteristik TikTok sebagai media *edutainment* yang relevan untuk siswa Generasi Alpha; dan (3) menelaah proyeksi integrasi konten TikTok sebagai instrumen *ice breaking* terhadap dinamika pembelajaran di Sekolah Dasar, dengan fokus khusus pada karakteristik perkembangan siswa kelas IV di SDN Sawojajar 01. Hasil

kajian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi teoretis bagi khazanah manajemen kelas digital serta menyediakan panduan praktis operasional bagi guru sekolah dasar dalam merancang jeda pembelajaran yang inovatif.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain *systematic literature review* (SLR). Menurut Adlini et al. (2022), *systematic literature review* merupakan metode penelitian yang menggunakan literatur ilmiah sebagai sumber data utama, yang dikumpulkan, diseleksi, dievaluasi, dan disintesis secara sistematis untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah ditetapkan. Pemilihan metode ini didasari oleh kondisi bahwa penelitian lapangan mengenai pemanfaatan TikTok secara spesifik sebagai instrumen *ice breaking* di jenjang Sekolah Dasar masih sangat terbatas, sehingga kajian berbasis literatur diperlukan sebagai fondasi konseptual sebelum penelitian empiris dilakukan.

Prosedur pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran literatur pada basis data ilmiah, yaitu Google Scholar, portal jurnal terindeks

Sinta (Science and Technology Index), dan jurnal terindeks Scopus. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian adalah: "*ice breaking*", "TikTok", "konsentrasi belajar", "media pembelajaran", "Sekolah Dasar", "Generasi Alpha", dan kombinasinya dalam bahasa Indonesia maupun bahasa Inggris. Rentang waktu publikasi dibatasi pada 2019–2026 untuk memastikan relevansi dan kemutakhiran literatur.

**Tabel 1. Kriteria Inklusi dan Eksklusi
Seleksi Literatur**

Aspek	Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
Tahun terbit	2019–2026	Sebelum 2019
Bahasa	Indonesia dan Inggris	Selain keduanya
Topik	Ice breaking, TikTok, konsentrasi belajar, media pembelajaran, Generasi Alpha, SD	Topik tidak relevan dengan variabel penelitian
Jenis publikasi	Artikel jurnal, prosiding, skripsi/tesis dari sumber terindeks	Blog, opini, buku teks tanpa DOI
Aksesibilitas	Teks lengkap (full-text) tersedia	Hanya abstrak yang tersedia

Sumber: Diadaptasi dari Adlini et al. (2022)

Dari hasil penelusuran awal ditemukan 47 artikel. Setelah dilakukan seleksi bertahap

berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, sebanyak 15 artikel ditetapkan sebagai sumber data utama dalam kajian ini. Analisis data menggunakan teknik *content analysis*, yaitu dengan membaca, mengklasifikasikan, dan mensintesis temuan dari setiap artikel ke dalam kategori-kategori yang relevan dengan pertanyaan penelitian (Adlini et al., 2022). Kategorisasi dilakukan pada tiga tema utama: (1) efektivitas *ice breaking* dalam pembelajaran; (2) karakteristik dan potensi TikTok sebagai media edukasi; dan (3) proyeksi integrasi TikTok sebagai instrumen *ice breaking* di Sekolah Dasar.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Efektivitas Ice Breaking dalam Pembelajaran Berdasarkan Literatur

Berdasarkan sintesis terhadap literatur yang dikaji, *ice breaking* secara konsisten terbukti memberikan dampak positif terhadap proses pembelajaran di berbagai jenjang pendidikan. Temuan-temuan tersebut dirangkum dalam tabel berikut.

Tabel 2. Sintesis Temuan Literatur tentang Efektivitas Ice Breaking

Peneliti (Tahun)	Metode	Subjek	Temuan Utama
Demaris et al. (2024)	Mixed Method	SD Kelas V	Konsentrasi meningkat, N-Gain 45,4 (kategori sedang)
Dewi (2024)	Deskriptif Kualitatif	SD Kelas V	Ice breaking memenuhi 3 indikator konsentrasi: perhatian penuh, partisipasi aktif, dan kemampuan analisis
Lubis et al. (2025)	Kuantitatif Quasi-Experiment	SMA (N=70)	Pengaruh signifikan: t-hitung 3,987 > t-tabel 1,667; Sig. 0,000 < 0,05
Sa'diyah & Suhaimy (2023)	Kuantitatif Korelasional	SMK (N=38)	Pengaruh kuat sebesar 72,7% (koefisien korelasi 0,727)
Alba et al. (2025)	Systematic Literature Review	SD (berbagai studi)	Ice breaking meningkatkan motivasi, fokus, kreativitas, kepercayaan diri, dan interaksi sosial

Peneliti (Tahun)	Metode	Subjek	Temuan Utama
Sari (2024)	Kualitatif Deskriptif	SD Kelas I	Ice breaking efektif meningkatkan minat belajar; faktor pendukung: suasana kondusif, variasi metode, ketersediaan sumber belajar
Nawir et al. (2024)	Penelitian Tindakan Kelas	SD Kelas I	Ice breaking berpengaruh positif signifikan terhadap peningkatan konsentrasi belajar

Sumber: Sintesis Kajian Literatur, 2026

Berdasarkan Tabel 2, seluruh studi yang dikaji menunjukkan arah temuan yang konsisten, yakni bahwa ice breaking memberikan dampak positif terhadap konsentrasi belajar, motivasi, minat, dan partisipasi aktif siswa. Hal ini dikuatkan oleh Akbar (2024) yang menyatakan bahwa ice breaking memiliki pengaruh positif terhadap motivasi belajar peserta didik, di mana penggunaannya membuat suasana di kelas menjadi lebih menarik dan menyenangkan. Menurut Zuhaery et al. (2024),

penerapan ice breaking sangat berpengaruh dalam mengembalikan konsentrasi peserta didik selama proses pembelajaran berlangsung, membuat perasaan menjadi senang, gembira, serta pikiran menjadi segar kembali.

Konsentrasi belajar dalam psikologi kognitif merupakan bentuk selective attention yang memungkinkan siswa memproses informasi secara mendalam di dalam memori kerja. Menurut A. Susanto (2016), ciri-ciri konsentrasi belajar siswa di Sekolah Dasar mencakup: fokus perhatian (attention), kesiapan respons, partisipasi aktif, ketenangan psikomotorik, dan daya tahan fokus. Ice breaking yang dirancang dengan baik dapat menstimulasi seluruh indikator tersebut secara bersamaan, khususnya melalui aktivitas yang melibatkan komponen fisik, auditori, dan visual secara terpadu.

2. Karakteristik TikTok sebagai Media Edukasi yang Relevan untuk Generasi Alpha

Kajian literatur menunjukkan bahwa TikTok memiliki karakteristik yang secara inheren selaras dengan kebutuhan pembelajaran Generasi Alpha. Setiowati et al. (2024) membuktikan melalui penelitian

dengan desain *quasi-experiment* bahwa penggunaan video TikTok terbukti meningkatkan motivasi dan keterampilan berbicara siswa secara signifikan (Asymp. Sig. < 0,05). Yusufa et al. (2024) juga membuktikan bahwa TikTok berhasil meningkatkan antusiasme dan keaktifan belajar siswa melalui penelitian tindakan kelas di jenjang menengah atas.

Keunggulan TikTok sebagai media edukasi dapat dianalisis dari empat dimensi karakteristiknya. Pertama, dimensi *cognitive fit*: format video pendek TikTok (15–60 detik) sesuai dengan rentang perhatian *digital natives* yang relatif lebih singkat akibat kebiasaan mengonsumsi konten digital yang cepat (Balqis et al., 2025). Kedua, dimensi *affective engagement*: elemen musik, efek visual, dan tren yang familier mampu membangun keterlibatan emosional yang positif, yang menurut Wengel et al. (2022) merupakan faktor krusial dalam mengoptimalkan pengalaman belajar. Ketiga, dimensi *social learning*: konten TikTok yang bersifat viral dan dibagikan antar-pengguna menciptakan konteks sosial yang mendorong diskusi dan peniruan, yang relevan dengan teori belajar sosial Bandura. Keempat, dimensi

multimodal stimulation: perpaduan audio, visual, dan kinetik dalam konten TikTok memberikan stimulasi multisensori yang lebih efektif dalam mengaktifkan otak dibandingkan media tunggal.

3. Proyeksi Integrasi Konten TikTok sebagai Instrumen Ice Breaking di Sekolah Dasar

Berdasarkan sintesis dari dua sub-tema sebelumnya, kajian ini mengajukan kerangka proyeksi tentang bagaimana integrasi konten TikTok sebagai instrumen *ice breaking* dapat diimplementasikan di kelas IV Sekolah Dasar. Proyeksi ini dibangun berdasarkan pencocokan antara jenis-jenis *ice breaking* konvensional (Direktorat Jenderal Sumber Daya Air, 2019; Wibowo, 2023) dengan fitur-fitur yang tersedia pada platform TikTok (Zaitun et al., 2021).

Tabel 3. Proyeksi Integrasi Fitur TikTok dalam Jenis-Jenis Ice Breaking

Jenis Ice Breaking	Fitur TikTok	Proyeksi Implementasi
Yel-yel	Trending jargon / audio voiceover	Guru menggunakan potongan suara atau jargon viral

Jenis Ice Breaking	Fitur TikTok	Proyeksi Implementasi
		TikTok sebagai aba-aba kelas untuk memulihkan kekompakan dan semangat siswa secara serentak
Tepuk tangan	Rhythmic beats & transition sounds	Siswa melakukan tepuk tangan berirama mengikuti ketukan (beat) instrumen musik TikTok yang cepat untuk melatih kembali fokus pendengaran
Gerak dan lagu	TikTok dance challenges	Siswa diajak berdiri dan meniru koreografi pendek yang dinamis, edukatif, dan ramah anak dari tren video TikTok untuk menyegarkan kondisi psikologis

Jenis Ice Breaking	Fitur TikTok	Proyeksi Implementasi
Menyanyi	Trending sounds / lagu viral	Guru mengganti lirik lagu TikTok yang sedang populer dengan lirik bertema materi pelajaran, memadukan kesenangan dan konten edukatif

Sumber: Diadaptasi dari Wibowo (2023) dan Zaitun et al. (2021)

Berdasarkan Tabel 3, terdapat kesesuaian yang kuat antara karakteristik fitur TikTok dengan berbagai jenis *ice breaking* yang secara teoritis terbukti efektif. Proyeksi implementasi ini didukung oleh kajian Zuhaery et al. (2024) yang mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan *ice breaking*, yaitu: kompetensi dan kreativitas guru, motivasi dan kesiapan peserta didik, karakteristik peserta, waktu dan durasi, serta fasilitas dan sarana pendukung. Dalam konteks integrasi TikTok, faktor fasilitas (proyektor, laptop, speaker, koneksi internet) dan kreativitas guru

dalam mengkurasi konten menjadi variabel penentu yang paling kritis.

Dari perspektif psikologi perkembangan, integrasi TikTok sebagai *ice breaking* juga dapat dianalisis melalui teori *flow* Csikszentmihalyi. Ketika siswa mengalami *flow*—kondisi di mana tingkat tantangan dan kemampuan berada dalam keseimbangan—mereka akan mengalami keterlibatan penuh dan kepuasan intrinsik dalam aktivitas yang dilakukan. Konten TikTok yang disesuaikan dengan kemampuan motorik dan kognitif siswa kelas III berpotensi menginduksi kondisi *flow* ini, sehingga efek pemulihan konsentrasi yang dihasilkan jauh lebih optimal dibandingkan *ice breaking* konvensional.

Namun demikian, kajian literatur juga mengindikasikan adanya potensi hambatan yang perlu diantisipasi. Sari (2024) mengidentifikasi tantangan dalam mengalihkan perhatian siswa kembali ke materi pembelajaran setelah kegiatan *ice breaking* yang terlalu menarik. Dalam konteks TikTok, risiko ini lebih tinggi mengingat daya tarik konten yang sangat kuat bagi Generasi Alpha. Oleh karena itu, diperlukan protokol

transisi yang jelas dari sesi *ice breaking* kembali ke sesi materi inti, misalnya melalui penggunaan aba-aba atau tanda auditif yang konsisten. Selain itu, kurasi konten harus dilakukan secara ketat oleh guru untuk memastikan bahwa konten yang ditayangkan benar-benar bebas dari unsur-unsur yang tidak sesuai dengan nilai dan norma pendidikan.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian literatur yang telah dilakukan, dapat ditarik tiga kesimpulan utama. Pertama, *ice breaking* secara teoritis dan empiris terbukti efektif dalam memulihkan konsentrasi belajar siswa, mereduksi kebosanan dan ketegangan, mendorong partisipasi aktif, serta memperkuat interaksi sosial di dalam kelas. Hal ini dibuktikan oleh berbagai penelitian dari jenjang SD hingga SMA yang secara konsisten menunjukkan arah temuan yang positif.

Kedua, TikTok sebagai platform video pendek memiliki karakteristik yang relevan dengan gaya belajar dan kebutuhan kognitif siswa Generasi Alpha, meliputi: format konten yang singkat dan padat, dukungan audio-visual yang kuat, fitur interaktif yang intuitif, serta relevansi dengan tren

keseharian siswa. Karakteristik-karakteristik ini menjadikan TikTok secara teoritis layak untuk diadaptasi sebagai media *edutainment* dalam konteks manajemen kelas.

Ketiga, integrasi konten TikTok sebagai instrumen *ice breaking* diproyeksikan memberikan implikasi positif terhadap dinamika pembelajaran di kelas III Sekolah Dasar, meliputi: transformasi suasana kelas menjadi lebih dinamis, peningkatan konsentrasi dan partisipasi siswa melalui stimulasi multisensori, serta penguatan interaksi guru-siswa dalam atmosfer yang lebih egaliter. Kendati demikian, keberhasilan implementasinya sangat bergantung pada kompetensi guru dalam mengkurasi konten secara selektif, ketersediaan fasilitas digital yang memadai, dan adanya protokol transisi yang jelas setelah sesi *ice breaking*.

Berdasarkan temuan kajian literatur ini, peneliti merekomendasikan agar penelitian lanjutan dilakukan dalam bentuk penelitian lapangan kualitatif deskriptif atau penelitian eksperimental yang mengukur pengaruh langsung *ice breaking* berbasis TikTok terhadap konsentrasi belajar dan hasil belajar

siswa kelas III di SDN Sawojajar 01. Kajian ini dapat menjadi landasan konseptual dan kerangka teoritis bagi penelitian empiris selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. (2022). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1), 974–980. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>
- Aisyah, A. (2024). Penerapan Metode Ice Breaking Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam. *Indonesian Journal of Multidisciplinary on Social and Technology*, 2(2), 22–27.
- Akbar, N. (2024). Efektivitas Penggunaan Ice Breaking Pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam dalam Menumbuhkan Motivasi Belajar. *DIALEKTIKA: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 3(2), 29–34.
- Alba, F. Y., Elizar, & Mahendra, Y. (2025). The Role of Ice Breaking on Increasing Students' Creativity in Learning Cultural Arts in Elementary Schools. *International Journal of Elementary Education*, 9(2), 328–339. <https://doi.org/10.23887/ijee.v9i2.93441>
- Amalia, A., Sucipto, & Hilyana, F. S. (2022). Konsentrasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran IPA. *Jurnal Educatio*, 8(4), 1261–1268. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i4.3120>
- Andriana, E., Rokmanah, S., & Aprilia, L. (2023). Analisis tingkat konsentrasi belajar peserta didik

- dalam proses pembelajaran di SD Negeri Tembung 2. *Holistika: Jurnal Ilmiah PGSD*, 1(5), 1–5.
- Asiah, S. N., Pranoto, B. A., Sunarsih, D., & Triputra, D. R. (2022). Faktor kecanduan gadget terhadap perilaku sosial peserta didik kelas V. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(17), 465–474.
- Balqis, R. R., Syaikh, A., Nisa, K., & Afriani, D. M. (2025). Strategi Psikopedagogis dalam Mengatasi “Short Attention Span” Pada Anak Usia Sekolah Dasar Akibat Konsumsi Konten Digital Singkat. *Auladuna: Jurnal Studi Keislaman*, 7(1), 1–7.
- Demaris, T., Srimala, Anisah, S., Sugiarti, S., Purnamasari, M., & Nurlilah, E. N. (2024). The use of ice breaking to improve students’ concentration in social sciences subjects in fifth grade elementary schools. *Current Issues on Elementary Education Journal*, 3(2), 58–64.
- Dewi, E. K. (2024). Analisis Penerapan Ice Breaking Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Bahasa Indonesia Pada Peserta Didik Kelas V SDN 5 Metro Barat. Universitas Lampung.
- Dewi, N. H., Fatimah, C., Rukoyah, S., Akfiani, S. T., Azhary, F., & Adela, D. (2026). Penggunaan Ice Breaking dalam Menumbuhkan Motivasi Ekstrinsik Siswa di MI Cikakak. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Abdi Nusa*, 6(1), 52–57.
- Direktorat Jenderal Sumber Daya Air. (2019). Modul Teknik Memecah Kebekuan (Ice Breaking). Kementerian Pekerjaan Umum dan Perumahan Rakyat.
- Fitria, T. N. (2023). Breaking The Ice in the Classroom: Using Ice Breaking in The Teaching and Learning Process. *Journal of English Language Education*, 5(1), 23–38.
- Kartini, & Sa’adah, N. (2022). Dampak Musik Religi Terhadap Konsentrasi Belajar (Studi Kasus: Mahasiswa Pascasarjana BKI 2021-2022). *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(5), 6033–6038.
- Ledoh, C. C., et al. (2025). Media Pembelajaran Inovatif di Era Pendidikan Abad 21. CV MMFast Publishing.
- Lubis, A. R. N., Zuhri, & Afriani, G. (2025). The Effect of Ice Breaking on Student Learning Outcomes in Islamic Religious Education. *GENIUS: Journal of Elementary Pedagogy and Innovation Studies*, 5(1), 1–12. <https://doi.org/10.62448/genius.v1i1.72>
- Marpaung, S., Manugeran, M., Suhadi, J., & Purwarno. (2026). Teachers’ and Students’ Perceptions of Ice Breaking and Its Contribution to Learning Motivation. *Jurnal Ragam Pengabdian Dan Penelitian*, 3(1), 3957–3966.
- Narti, W. (2025). Peran Konsentrasi Sebagai Fondasi Utama dalam Proses Pembelajaran yang Efektif. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 5(1), 48–61.
- Nawir, Z., Syawaluddin, A., & Putrawan, M. R. (2024). Meningkatkan Konsentrasi Belajar Melalui Kegiatan Ice Breaking Pada Kelas 1 UPT SPF SD Negeri Tidung. *Jurnal Pendidikan & Pembelajaran Sekolah Dasar*, 4(2), 179–186.
- Nurhidayah, Muzakir, & Suandi. (2024). Analisis Penerapan Ice Breaking untuk Meningkatkan Semangat Belajar Siswa pada Pembelajaran IPS. *Tirai Edukasi*, 7(2), 339–343.

- Ramdani, A., Nabilah, N., Rahma, A., Solihat, A. S., & Alghifari, M. R. (2025). Implementasi Ice Breaking Edukatif sebagai Strategi Menciptakan Konsentrasi dan Semangat Belajar Siswa di Kelas V Sekolah Dasar. *AEJ (Advances in Education Journal)*, 2(1), 458–463.
- Rika, M., & Melati, F. V. (2025). Strategi Ice Breaking dalam Meningkatkan Perhatian dan Percaya Diri Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Pancasila. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 12(2), 561–569.
- Sa'diyah, K., & Suhaimy, F. (2023). Pengaruh Penggunaan Ice Breaking Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa: Studi Survei di SMK Negeri 7 Jakarta. *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, 9(3), 1880–1893. <https://doi.org/10.58258/jime.v9i1.5752>
- Sari, M. (2024). Implementasi Ice Breaking dalam Meningkatkan Minat Belajar Siswa di Sekolah Dasar Islam Terpadu (SDIT) Juara. Institut Agama Islam Negeri Curup.
- Setiowati, Yuliasri, I., & Faridi, A. (2024). The Effectiveness of TikTok Videos to Enhance Students' Motivation and Speaking Skills. *English Education Journal*, 14(2), 284–292.
- Sukmajadi, B., & Simanjuntak, E. (2021). Powerful Ice Breaking. Samudra Biru.
- Susanto, A. (2016). Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar. Kencana.
- Susilowati, D., Ismiyanti, Y., & Jupriyanto. (2025). Analisis Kegiatan Ice Breaking Untuk Coping Stress Siswa Sekolah Dasar. *School Education Journal PGSD FIP Unimed*, 15(2), 189–198. <https://doi.org/10.24114/sejpgsd.v15i2.66271>
- Wahyudi, I., & Maesaroh, S. (2023). Implementasi Ice Breaking dalam Pembelajaran Bahasa Arab di MA Assunniyyah Kencong Jember. *An-Nuqthah*, 3(1), 39–45.
- Wengel, Y., Ma, L., Ma, Y., Apollo, M., Maciuk, K., & Suwaree, A. (2022). The TikTok effect on destination development: Famous overnight, now what? *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, 37, 100458. <https://doi.org/10.1016/j.jort.2021.100458>
- Wibowo, H. S. (2023). Ice Breaker dan Pembelajaran. Tiram Media.
- Yusufa, N., Ikawati, T., & Sulistyo, T. (2024). Using TikTok to Improve Students' Enthusiasm and Activeness: A Classroom Action Research at the Eleventh Grade of SMAN 8 Malang. *Seminar Nasional PPG UNIKAMA*, 1, 448–461.
- Zaitun, Hadi, M. S., & Indriani, E. D. (2021). TikTok as a Media to Enhancing the Speaking Skills of EFL Students. *Jurnal Studi Guru Dan Pembelajaran*, 4(1), 89–94.
- Zuhaery, M., Hidayati, D., & Hidayat, M. (2024). Penerapan Ice Breaking dalam proses Pembelajaran sebagai Pengalaman Belajar yang Menyenangkan. *Academy of Education Journal*, 15(2), 1412–1417.